

Общество с ограниченной ответственностью
"Межрегиональная кейтеринговая компания"



Согласовано
Директор МАОУ ООШ № 3 г. Сосновоборска
С. К. Гайдаева



Меню 13.03.2023 г.
Понедельник - 2
6-10 лет/ 11-18 лет

При приготовлении блюд не применяются: пищевые добавки, биологически активные добавки, продукты, приготовленные из сырья с применением генно-модифицированных организмов

Выход 6-10 лет/11-18 лет	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
200/250	Каша рисовая молочная, 200/250 6-10 Пищевая ценность: Белки - 5,45 г, Жиры - 5,66 г, Углеводы - 37,72 г, Калорийность - 224,23 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 6,85 г, Жиры - 7,08 г, Углеводы - 47,29 г, Калорийность - 281,09 ккал	пор	
200/200	Чай с сахаром, 200 Пищевая ценность: Белки - 0,20, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
50/70	Хлеб пшеничный, 50/70 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,32 г, Жиры - 0,56 г, Углеводы - 34,44 г, Калорийность - 164,50 ккал	пор	
50/50	Печенье, 50/50 Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 7,69 г, Углеводы - 34,64 г, Калорийность - 220,00 ккал	пор	
ИТОГО: 500,00гр/570,00 гр	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 13,35 г, Жиры - 13,80 г, Углеводы - 110,01 г, Калорийность - 615,12 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 16,27 г, Жиры - 15,38 г, Углеводы - 129,41 г, Калорийность - 718,98 ккал		
	Стоимость		79,00/ 91,86

Обед			
60/100	Салат из свеклы отварной, 60/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,87 г, Жиры - 3,06 г, Углеводы - 5,10 г, Калорийность - 51,33 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 5,09 г, Углеводы - 8,45 г, Калорийность - 85,27 ккал	пор	
197/3 / 246/4	Щи из свежей капусты со сметаной, 197/3 / 246/4 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,312 г, Жиры - 4,77 г, Углеводы - 11,89 г, Калорийность - 93,18 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,78 г, Жиры - 5,98 г, Углеводы - 15,14 г, Калорийность - 115,50 ккал	пор	
90/100	Котлеты рубленые из мяса птицы, 90/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 17,21 г, Жиры - 15,77 г, Углеводы - 11,28 г, Калорийность - 256,84 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 19,25 г, Жиры - 17,13 г, Углеводы - 12,94 г, Калорийность - 284,12 ккал	пор	
150/180	Каша перловая рассыпчатая, 150/180 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,69 г, Жиры - 4,18 г, Углеводы - 33,52 г, Калорийность - 190,55 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,63 г, Жиры - 5,01 г, Углеводы - 40,22 г, Калорийность - 228,66 ккал	пор	
180/180	Компот из абрикосов, 180/180 Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,60 ккал	пор	
50/70	Хлеб ржано-пшеничный, 50/70 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,50 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,95 г, Жиры - 2,31 г, Углеводы - 33,81 г, Калорийность - 181,30 ккал	пор	
20/40	Хлеб пшеничный, 20/40 6-10 Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47,00 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94,00 ккал	пор	
30/30	Соус томатный, 30/30 Пищевая ценность: Белки - 0,49 г, Жиры - 0,78 г, Углеводы - 2,71 г, Калорийность - 16,86 ккал	пор	
ИТОГО: 780,00гр/950,00 гр	6-10 Пищевая ценность обеда: Белки - 33,58 г, Жиры - 30,36 г, Углеводы - 116,75 г, Калорийность - 859,86 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 40,81 г, Жиры - 36,63 г, Углеводы - 151,21 г, Калорийность - 1080,31 ккал		
	Стоимость		118,51/ 137,78

Полдник			
200/200	Чай с молоком, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 1,65 г, Жиры - 1,30 г, Углеводы - 15,44 г, Калорийность - 80,39 ккал	пор	
100/150	Булочка домашняя, 100/150 6-10 Пищевая ценность: Белки - 12,30 г, Жиры - 12,76 г, Углеводы - 77,63 г, Калорийность - 474,06 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 18,45 г, Жиры - 19,13 г, Углеводы - 116,45 г, Калорийность - 711,09 ккал	пор	
ИТОГО: 300,00гр/350,00 гр	6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 13,95 г, Жиры - 14,06 г, Углеводы - 93,08 г, Калорийность - 554,45 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 20,11 г, Жиры - 20,44 г, Углеводы - 131,89 г, Калорийность - 791,48 ккал		
	Стоимость		59,26/ 68,91

ИТОГО: 1580,00 гр/ 1870,00 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 60,88 г, Жиры - 58,22 г, Углеводы - 319,83 г, Калорийность - 2029,43 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 77,18 г, Жиры - 72,45 г, Углеводы - 412,52 г, Калорийность - 2590,76 ккал		
----------------------------------	---	--	--

Цены указаны с учетом НДС

Рук. фил. ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" (Ботомолова Татьяна Владимировна)

Технолог (Петрова Елена Михайловна)

Зав. производством (Кислицына В.В.)



Общество с ограниченной ответственностью
"Межрегиональная кейтеринговая компания"



Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 3 г. Сосновоборска
С. К. Гайдаева

Меню 13.03.2023 г.
Понедельник - 2 ОВЗ
6-10 лет/ 11-18 лет

При приготовлении блюд не применялось: пищевые добавки, биологически активные добавки, продукты приготовленные из сырья с применением генно-модифицированных организмов

Выход 6-10 лет/11-18 лет	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
200/250	Каша рисовая молочная, 200/250 6-10 Пищевая ценность: Белки - 5,45 г, Жиры - 5,66 г, Углеводы - 37,72 г, Калорийность - 224,23 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 6,85 г, Жиры - 7,08 г, Углеводы - 47,29 г, Калорийность - 281,09 ккал	пор	
200/200	Чай с сахаром, 200 Пищевая ценность: Белки - 0,20, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
50/70	Хлеб пшеничный, 50/70 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,32 г, Жиры - 0,56 г, Углеводы - 34,44 г, Калорийность - 164,50 ккал	пор	
50/50	Печенье, 50/50 Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 7,69 г, Углеводы - 34,64 г, Калорийность - 220,00 ккал	пор	
ИТОГО: 500,00гр/570,00 гр	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 13,35 г, Жиры - 13,80 г, Углеводы - 110,01 г, Калорийность - 615,12 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 16,27 г, Жиры - 15,38 г, Углеводы - 129,41 г, Калорийность - 718,98 ккал		
			79,00/
		Стоимость	91,86

Обед			
60/100	Салат из свеклы отварной, 60/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,87 г, Жиры - 3,06 г, Углеводы - 5,10 г, Калорийность - 51,33 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 5,09 г, Углеводы - 8,45 г, Калорийность - 85,27 ккал	пор	
197/3 / 246/4	Щи из свежей капусты со сметаной, 197/3 / 246/4 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,312 г, Жиры - 4,77 г, Углеводы - 11,89 г, Калорийность - 93,18 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,78 г, Жиры - 5,98 г, Углеводы - 15,14 г, Калорийность - 115,50 ккал	пор	
90/100	Котлеты рубленые из мяса птицы, 90/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 17,21 г, Жиры - 15,77 г, Углеводы - 11,28 г, Калорийность - 256,84 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 19,25 г, Жиры - 17,13 г, Углеводы - 12,94 г, Калорийность - 284,12 ккал	пор	
150/180	Каша перловая рассыпчатая, 150/180 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,69 г, Жиры - 4,18 г, Углеводы - 33,52 г, Калорийность - 190,55 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,63 г, Жиры - 5,01 г, Углеводы - 40,22 г, Калорийность - 228,66 ккал	пор	
180/180	Компот из абрикосов, 180/180 Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,60 ккал	пор	
50/70	Хлеб ржано-пшеничный, 50/70 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,50 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,95 г, Жиры - 2,31 г, Углеводы - 33,81 г, Калорийность - 181,30 ккал	пор	
20/40	Хлеб пшеничный, 20/40 6-10 Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47,00 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94,00 ккал	пор	
30/30	Соус томатный, 30/30 Пищевая ценность: Белки - 0,49 г, Жиры - 0,78 г, Углеводы - 2,71 г, Калорийность - 16,86 ккал	пор	
ИТОГО: 780,00гр/950,00 гр	6-10 Пищевая ценность обеда: Белки - 33,58 г, Жиры - 30,36 г, Углеводы - 116,75 г, Калорийность - 859,86 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 40,81 г, Жиры - 36,63 г, Углеводы - 151,21 г, Калорийность - 1080,31 ккал		
			118,51/
		Стоимость	137,78

Полдник			
200/200	Чай с молоком, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 1,65 г, Жиры - 1,30 г, Углеводы - 15,44 г, Калорийность - 80,39 ккал	пор	
100/150	Булочка домашняя, 100/150 6-10 Пищевая ценность: Белки - 12,30 г, Жиры - 12,76 г, Углеводы - 77,63 г, Калорийность - 474,06 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 18,45 г, Жиры - 19,13 г, Углеводы - 116,45 г, Калорийность - 711,09 ккал	пор	
ИТОГО: 300,00гр/350,00 гр	6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 13,95 г, Жиры - 14,06 г, Углеводы - 93,08 г, Калорийность - 554,45 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 20,11 г, Жиры - 20,44 г, Углеводы - 131,89 г, Калорийность - 791,48 ккал		
			59,26/
		Стоимость	68,91

ИТОГО: 1580,00 гр/ 1870,00 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 60,88 г, Жиры - 58,22 г, Углеводы - 319,83 г, Калорийность - 2029,43 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 77,18 г, Жиры - 92,45 г, Углеводы - 412,52 г, Калорийность - 2590,76 ккал		
----------------------------------	---	--	--

Цены указаны с учетом НДС

Рук. фил. ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" (Багомолова Татьяна Владимировна)

Технолог _____ (Петрова Елена Михайловна)

Зав. производством _____ (Кислицына В. В.)

